

2024年1月スタート

2023年度 神戸市立須磨体育館

冬期スポーツ教室 受講生募集

申し込み期間：11月1日（水）～11月20日（月）必着

- ① 「ハガキ」で申し込む
- ② 「メール」で申し込む
- ③ 「FAX」で申し込む
- ④ 「施設窓口」で申し込む

裏面	表面
<ul style="list-style-type: none"> ① 希望教室名 ② 参加者名 ③ 年齢・性別 ④ 住所 ⑤ 電話番号 ⑥ 学校名・学年 保護者名 	<div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; margin-bottom: 5px;"></div> 〒654-0035 神戸市須磨区 中島町 1-2-2 神戸市立須磨体育館 教室担当 宛

info@suma-gym.jp

申込書

申込書をホームページよりダウンロードし、必要事項を記入後メールに添付して送信してください

FAX:078-734-5512

申込書

申込書をホームページよりダウンロードし、必要事項を記入後下記番号に送信してください

申込書

施設窓口にて申込書をご用意しておりますので、必要事項を記入後、提出してください。

- ⑤ 「フォーム」で申し込む

- ・須磨体育館のホームページ→教室・講座→教室申込フォームから教室の申し込み可能です。
- ・また、右記の二次元バーコードを読み込んでも申し込み可能です。



suma-gym.jp

<https://ws.formzu.net/sfgen/S973555831/>



申し込み時の注意事項は必ずご確認ください

- ・夫婦または同居している兄弟での参加希望の方は、1教室1枚にまとめていただいで構いません。
(連名可)
- ・1枚につき1教室の申し込みとなります。複数の教室を受講希望の場合、それぞれでお申し込みください。
- ・申し込み多数の場合は、抽選により参加者を決定します。
- ・対象が**中学生以下**の教室は、「**学校名・学年・保護者名**」をご記入ください。
- ・シューズ・ラケット(卓球・バドミントン)は必ず持参ください。
レンタルも可能ですが、数に限りがあり別途料金が必要となります。
- ・満〇歳は、今年度その歳になる方が対象となります。(例. 満4歳から対象の場合、今は3歳だが今年度4歳の誕生日を迎えられる方が参加可能) **※キッズダンスのみ4歳の誕生日を迎えた方のみ参加可能**



当落結果発送予定日：11月27日頃

〒 654-0035

神戸市須磨区中島町 1-2-2

☎ 078-734-5588

- ・当選した方は、お早めに入金の方お願いいたします。コンビニ振り込みが可能となりましたので、振込用紙と一緒に郵送しております。振り込みの期限は、**12月25日(月)**までとなっております。期限に間に合わなかった方は、直接体育館までお越しいただき、教室開始日までに施設窓口で支払いを完了してください。
- ・コンビニ振り込みをされた方は、領収書をなくさず保管し、教室初回日に必ずご持参ください。

神戸市立
須磨 GYM 中島
体育館



冬期スポーツ教室ご案内



1年の始まりにスポーツを始めませんか。申込方法等、詳しくは施設HPをご覧ください。

キッズダンス

【日程】月曜日 16:30~17:15

1/15~3/25(全10回)

【受講料】6,400円

【対象】4歳~小学3年生

【講師】竹内尚美

※4歳の誕生日を迎えられた方から



ジュニアダンス

【日程】月曜日 17:30~18:10

1/15~3/25(全10回)

【受講料】6,400円

【対象】小学4年生~中学3年生

【講師】竹内尚美



卓球(水)

【日程】水曜日 13:00~14:45

1/10~3/27(全11回)

【受講料】8,470円

【対象】16歳以上

【講師】徐振



幼児体操

【日程】水曜日 15:30~16:30

1/10~3/13(全10回)

【受講料】6,400円

【対象】満4歳~満6歳

【講師】体育館スタッフ



体育が得意になる

【日程】水曜日 17:15~18:45

1/10~3/13(全10回)

【受講料】6,400円

【対象】小学1年生~3年生

【講師】体育館スタッフ



バドミントン夜間

【日程】水曜日 19:00~20:50

1/10~3/27(全11回)

【受講料】8,910円

【対象】16歳以上

【講師】吉田肇 吉本泉



バドミントン午前

【日程】木曜日 11:00~12:50

1/11~3/21(全11回)

【受講料】8,910円

【対象】16歳以上

【講師】大木和子 金丸和子



バドミントン午後

【日程】木曜日 13:00~14:50

1/11~3/21(全11回)

【受講料】8,910円

【対象】16歳以上

【講師】高坂尚子 細川幸代



ミニバスケットボール 1-3

【日程】木曜日 17:15~18:45

1/11~3/14(全10回)

【受講料】6,400円

【対象】小学1年生~3年生

【講師】専門指導員



ミニバスケットボール 4-6

【日程】土曜日 9:15~10:45

1/13~3/23(全10回)

【受講料】6,400円

【対象】小学4年生~6年生

【講師】専門指導員



女性のエクササイズ&スポーツ

【日程】金曜日 11:00~12:30

1/12~3/29(全11回)

【受講料】8,360円

【対象】一般女性

【講師】園家孝子





冬期スポーツ教室ご案内



1年の始まりにスポーツを始めませんか。申込方法等、詳しくは施設HPをご覧ください。

フレイル

【日程】木曜日 11:30~12:30
1/11~3/21(全11回)
【受講料】5,500円
【対象】65歳以上



親子でトランポリン A

【日程】土曜日 9:45~11:45
12/9~3/9(全4回)
【受講料】5,200円
【対象】満3歳~小学3年生保護者



親子でトランポリン B

【日程】土曜日 9:45~11:45
12/16~3/16(全4回)
【受講料】5,200円
【対象】満3歳~小学3年生保護者



ジュニア卓球

【日程】土曜日 13:15~14:45
1/13~2/24(全7回)
【受講料】4,480円
【対象】小学4年生~中学2年生



走り方教室

【日程】月曜日 17:30~18:30
2/5~3/18(全6回)
【受講料】3,840円
【対象】小学1年生~小学3年生



ストークス(キッズ)

【日程】木曜日 17:00~17:55
月3回
【月謝】4,720円
【対象】満4歳~小学1年生

※スクール制です。退会の手続きがない限り、
継続受講となります。



ストークス(ジュニア)

【日程】木曜日 17:55~18:50
月3回
【月謝】4,720円
【対象】小学2年生~小学6年生

※スクール制です。退会の手続きがない限り、
継続受講となります。



冬期スポーツ教室日程

曜日	教室名	時間	対象	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪
大会の開催や、警報の発令による中止などにより、変更となる場合がございます														
月	キッズダンス	16:30-17:15	4歳～小学3年生	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/4	3/11	3/18	3/25	/
	ジュニアダンス	17:30-18:10	小学4年生～中学3年生	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/4	3/11	3/18	3/25	/
水	卓球(水)	13:00-14:45	16歳以上	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13	3/27
	幼児体操	15:30-16:30	満4歳～満6歳	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13	/
	体育が得意になる	17:15-18:45	小学1年生～3年生	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13	/
	バドミントン夜間	19:00-20:50	16歳以上	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13	3/27
木	バドミントン午前	11:00-12:50	16歳以上	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	2/29	3/7	3/14	3/21
	バドミントン午後	13:00-14:50	16歳以上	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	2/29	3/7	3/14	3/21
	ミニバスケットボール1-3	17:15-18:45	小学1年生～3年生	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	2/29	3/7	3/14	/
金	女性のエクササイズ&スポーツ	11:00-12:30	16歳以上女性	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15	3/22	3/29
土	ミニバスケットボール4-6	9:15-10:45	小学4年生～6年生	1/13	1/20	2/3	2/10	2/17	2/24	3/2	3/9	3/16	3/23	/

冬期スポーツ教室日程

曜日	教室名	時間	対象	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪
大会の開催や、警報の発令による中止などにより、変更となる場合がございます														
月	走り方教室	17:30-18:30	小学1年生～3年生	2/5	2/19	2/26	3/4	3/11	3/18	/	/	/	/	/
水	幼児体操	15:30-16:30	満4歳～満6歳	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13	/
木	フレイル	11:30-12:30	65歳以上	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	2/29	3/7	3/14	3/21
	ストークスチア(キッズ)	17:00-17:55	満4歳～小学1年生	1/11	1/18	1/25	2/8	2/15	2/22	3/7	3/14	3/21	/	/
	ストークスチア(ジュニア)	17:55-18:50	小学2年生～6年生	1/11	1/18	1/25	2/8	2/15	2/22	3/7	3/14	3/21	/	/
土	親子でトランポリンA	9:45-11:45	満3歳～小学3年生と保護者	12/9	1/13	2/10	3/9	/	/	/	/	/	/	/
	親子でトランポリンB	9:45-11:45	満3歳～小学3年生と保護者	12/16	1/20	2/17	3/16	/	/	/	/	/	/	/
	ジュニア卓球	13:15-14:45	小学4年生～中学2年生	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	/	/	/	/